

---

## Hubungan Beban Kerja dan Peran Ganda dengan Kelelahan Kerja Pengrajin Batik

**Herdianti<sup>1\*</sup>, Tatik Maryana<sup>2</sup>, Supriatna<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Harapan Ibu, Jambi, Indonesia

\*Email Korespondensi: [herdiantinyup@gmail.com](mailto:herdiantinyup@gmail.com)

<sup>3</sup> Kesehatan Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Jambi, Jambi, Indonesia

[supriatna12@yahoo.co.id](mailto:supriatna12@yahoo.co.id)

**Submitted :13-09-2019, Reviewed:29-09-2019, Accepted:06-10-2019**

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v4i3.3120>

### ABSTRAK

*Latar belakang: Di Batik Mawar, hampir semua pekerjaan dikerjakan secara manual menggunakan tangan dan lengan atas secara berkesinambungan yang dikombinasi dengan ketelitian kerja dan penggunaan alat-alat tradisional. Pekerjaan mempunyai beban kerja yang berat dikarenakan semua proses kerja dilakukan oleh pengrajin yang sama sehingga menimbulkan kelelahan disamping itu pekerjaanya juga memiliki peran ganda. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik mawar. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan desain penelitian Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pengrajin di Batik Mawar. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 40 responden. Analisis data yang digunakan Univariat dan Bivariat. Hasil: Hasil analisis data yang menggunakan uji Chi-Square untuk beban kerja didapatkan nilai p-Value = 0,001. Hasil analisis data yang menggunakan uji Chi-square untuk peran ganda didapatkan nilai p-value = 0,031. Dengan demikian disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah. Sebaiknya pengrajin mencuci pakaian 2 kali sehari, memasak makanan siap saji, selain itu dengan cara bersama-sama dalam menyelesaikan pekerjaan di rumah.*

**Kata kunci:** beban kerja, peran ganda, perasaan lelah.

### ABSTRACT

*Background: In Batik Mawar, almost all work is done manually using the hands and upper arms on a continuous basis combined with the rigor of work and the use of traditional tools. The work has a heavy workload because all the work process is done by the same craftsman causing fatigue besides that the worker also have double role. The purpose of this study is to determine the relationship between workload and dual role with feelings of fatigue on craftsmen batik roses. Method: This research is Quantitative research with Cross Sectional research design. The population in this study are all artisans in Batik Mawar. Sampling in this study using total sampling technique with the number of research samples as many as 40 respondents. Data analysis used by Univariat and Bivariat. Result: Result of data analysis using Chi-Square test for work load got value p-Value = 0,001. The result of data analysis using Chi-square test for double role got p-value = 0,031. Thus, it is concluded that there is a meaningful relationship between workload and dual role with feeling tired. We recommend that craftsmen wash clothes 2 times a day, cook ready meals, other than that together in completing the work at home.*

**Keywords:** workloads, dual role, exhaustion.

## PENDAHULUAN

Salah satu kebudayaan yang masih dipegang teguh oleh masyarakat adalah seni membatik. Batik sudah lama menjadi ciri khas bangsa yang sangat tinggi nilainya. Batik digunakan oleh masyarakat untuk pakaian sehari-hari dan dipakai pula sebagai busana dalam upacara-upacara tertentu. Industri batik merupakan salah satu jenis kerajinan tradisional yang mengandung nilai seni. Dalam pembuatan batik tulis dan batik cap dibutuhkan keterampilan khusus pembatiknya untuk memperoleh kain batik yang bagus dan unik.<sup>1</sup>

Keadaan ekonomi yang kurang baik membuat setiap keluarga di Indonesia harus membanting tulang untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Pada saat ini tidak hanya suami saja yang harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya, tapi banyak istri yang bekerja juga. Wanita yang pada jaman dahulu hanya berperan sebagai seorang ibu yang mengurus rumah tangga dan anak-anaknya saja, kini mempunyai peran kedua yaitu sebagai wanita bekerja.<sup>2</sup>

Bagi wanita bekerja dan telah berkeluarga akan memiliki kinerja yang berbeda dari wanita bekerja tetapi belum berkeluarga. Hal ini dikarenakan bagi ibu bekerja, mereka harus menjalani dua peran yang berbeda yakni menjadi wanita pekerja dan sebagai ibu rumah tangga, dan bagi ibu bekerja yang tidak dapat menjalaninya dengan baik akan mengalami peran ganda.<sup>3</sup>

Salah satu industri batik informal adalah Batik Mawar. Di Batik Mawar, hampir semua pekerjaan dikerjakan secara manual menggunakan tangan dan lengan atas secara berkesinambungan yang dikombinasi dengan ketelitian kerja dan penggunaan alat-alat tradisional. Proses

kerja dimulai dari pemotongan kain putih dan mendesain gambar motif, mencanting untuk menutupi bagian yang diinginkan dengan lilin (malam), pewarnaan lalu dan lorod atau ngelorod untuk menghilangkan lapisan lilin sehingga motif terlihat jelas. Semua proses kerja dilakukan oleh pengrajin yang sama sehingga menimbulkan kelelahan akibat kerja.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (beban kerja dan peran ganda) dengan variabel dependen (perasaan lelah). Penelitian ini menjelaskan tentang hubungan beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelayangan tahun 2016.

Penelitian ini telah dilaksanakan di Batik Mawar Kec. Pelayangan pada bulan Juni-Juli 2016. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah 40 orang pengrajin. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*.

Pengambilan data dilakukan secara langsung di lapangan dalam bentuk pengukuran langsung menggunakan alat-alat seperti, pengukuran beban kerja, peran ganda dan perasaan lelah menggunakan kuesioner, pengukuran denyut nadi menggunakan *stopwatch* yang dilakukan oleh tenaga medis, serta wawancara pada pengrajin di Batik Mawar Kec. Pelayangan.

## HASIL

**Tabel 1. Karakteristik responden di Batik Mawar Tahun 2016**

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
<b>Umur</b>		
20-35 tahun	29	72,5
36-50 tahun	11	27,5
<b>Masa kerja</b>		
≤5 tahun	6	15,0
>5 tahun	34	85,0
<b>Jumlah anak</b>		
≤2 orang	21	52,5
>2 orang	19	47,5
<b>Pengasuh anak</b>		
Ya	4	10,0
Tidak	36	90,0

### Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa umur responden yang terbanyak yaitu antara 20-35 tahun (72,5%) sebanyak 34 responden (85%) responden

memiliki masa kerja >5 tahun, yang 85% sudah menikah dengan jumlah anak ≤2 orang anak (52,5%) dengan tidak memiliki pengasuh anak sebanyak 90% (tabel 1).

**Tabel 2. Analisis Univariat Beban Kerja dan Peran Ganda dengan Perasaan Lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Tahun 2016**

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
<b>Perasaan lelah</b>		
Perasaan lelah	27	67,5
Perasaan tidak lelah	13	32,5
<b>Beban kerja</b>		
Beban kerja berat	27	67,5
Beban kerja ringan	13	32,5
<b>Peran ganda</b>		
Mengalami peran ganda	26	65,0
Tidak mengalami peran ganda	14	35,0

### Lelah

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 40 responden yang diteliti 27 responden (67,5%) mengalami perasaan lelah (tabel 2).

### Beban Kerja

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa beban kerja berat sebanyak 27 responden (67,5%) (tabel 2).

### Peran Ganda

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa responden yang

mengalami peran ganda sebanyak 26 responden (65,0%) (tabel 2).

**Tabel 3. Hubungan beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar tahun 2016**

Variabel	Perasaan lelah				Total		p-value
	lelah		Tidak lelah		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Beban kerja</b>							
Berat	23	85,2	4	14,8	27	67,5	0,001
Ringan	4	30,8	9	69,2	13	32,5	
<b>Peran ganda</b>							
Mengalami peran ganda	21	80,8	5	19,2	26	65,0	0,031
Tidak mengalami peran ganda	6	42,9	8	57,1	14	35,0	

#### Hubungan beban kerja dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelayangan tahun 2016

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 27 responden yang mempunyai beban kerja berat diketahui sebanyak 23 (85,2%) responden mengalami perasaan lelah dan sebanyak 4 (14,8) responden yang tidak mengalami perasaan lelah (tabel 3).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji *chi-square* diperoleh nilai *p-Value*= 0,001 karena nilai ( $p < 0,05$ ), maka ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan perasaan lelah.

#### Hubungan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelayangan tahun 2016

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 26 responden yang mengalami peran ganda sebanyak 21 (80,8%) responden mengalami perasaan lelah dan sebanyak 5 (19,2) responden yang tidak mengalami perasaan lelah (tabel 3).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji *chi-square* diperoleh nilai *p-value*= 0,031 karena nilai ( $p < 0,05$ ), maka ada hubungan yang bermakna antara peran ganda dengan perasaan lelah.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Beban Kerja dengan Perasaan Lelah

Hasil analisis antara beban kerja dengan perasaan lelah diketahui bahwa dari 27 responden yang mempunyai beban kerja berat diketahui sebanyak 23 (85,2%) responden mengalami perasaan lelah dan sebanyak 4 (14,8%) responden yang tidak mengalami perasaan lelah.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *chi-square* diperoleh nilai *p-Value*= 0,001 ( $p < 0,05$ )  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan perasaan lelah.

Hasil penelitian di Batik Mawar dengan pekerjaan yang tidak sesuai dengan aktivitas kerja dan cara kerja yang kurang ergonomis yang dialami pengrajin seperti pada saat proses pembatikan, pengrajin melakukan pekerjaan berulang-ulang atau terus-menerus. Hal ini dapat menimbulkan rasa nyeri dipunggung sehingga pengrajin lebih merasa cepat lelah pada saat bekerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Haryono yang menemukan Ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja perawat RSIY PDHI. (Haryono, 2017)

Namun, hal ini berbeda dengan penelitian yang menyatakan tidak ada hubungan antara kelelahan dengan beban kerja ( $\tilde{n} = 0,199 > 0,05$ ). Faktor – faktor yang berhubungan dengan beban kerja antara lain usia dan lama kerja. (Dewi, 2017)

Dari sudut pandang ergonomi dinyatakan bahwa setiap beban kerja yang diterima oleh seseorang harus sesuai atau seimbang baik terhadap kemampuan fisik, kemampuan kognitif maupun keterbatasan manusia yang menerima beban tersebut. (Tarwaka, 2015) Kemampuan kerja seorang tenaga kerja berbeda dari satu kepada yang lainnya dan sangat tergantung dari tingkat keterampilan, kesegaran jasmani, keadaan gizi, jenis kelamin, usia dan ukuran tubuh dari pekerja yang bersangkutan (Dewi, 2017; Caprianingsih, 2015).

Beban kerja yang tidak sesuai berkontribusi positif terhadap penyakit muskuloskeletal ataupun penyakit lain, karena tiap tubuh mempunyai ukuran beban kerja. Seorang pekerja bongkar muat harus bisa menyeimbangkan antara beban kerja dengan kapasitas tubuh. (Sulung, 2016)

Berat ringannya beban kerja sangat dipengaruhi oleh jenis aktivitas (sebagai beban utama) dan lingkungan kerja (sebagai beban tambahan). Peningkatan denyut nadi mempunyai peran sangat penting dalam peningkatan cardiac output dari istirahat sampai kerja maksimum. (Sumamur, 2009)

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hariyati dengan judul “Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pekerja Linting Manual di PT. DJITOE Indonesia Tobacco Surakarta”. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa ada pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja linting manual di PT. Djitoe Indonesia Tobacco Surakarta dengan nilai  $p\text{-Value} = 0,000$ . (Haryati, 2011)

Volume pekerjaan yang dibebankan kepada tenaga kerja baik berupa fisik atau mental dan menjadi tanggungjawabnya.

(Caprianingsih, 2015) Seorang tenaga kerja saat melakukan pekerjaan menerima beban sebagai akibat dari aktivitas fisik yang dilakukan. Pekerjaan yang sifatnya berat membutuhkan istirahat yang sering dan waktu kerja yang pendek. Jika waktu kerja ditambah maka melebihi kemampuan tenaga kerja dan dapat menimbulkan kelelahan. (Dardin, 2013)

Upaya yang dilakukan yaitu dengan cara membiasakan diri berolahraga ringan sebelum bekerja, olahraga ringan disela-sela pekerjaan seperti mengangkat tangan keatas; kesamping; kedepan; dan kebelakang, memutar badan kekanan dan kekiri, dan pemberian waktu istirahat pada jam-jam tertentu disaat pengrajin sedang bekerja karena dengan istirahat memberikan dampak pemulihan agar terhindar dari kelelahan akibat beban kerja yang berat. (Sumamur, 2009) Bentuk istirahat tidak hanya tidur tetapi bisa juga dengan melakukan meregangkan otot-otot serta menghilangkan tekanan dalam bekerja. (Hardianto, 2008; Hasibuan, 2001)

### **Hubungan Peran Ganda dengan Perasaan Lelah**

Hasil analisis antara peran ganda dengan perasaan lelah diketahui bahwa dari 26 responden yang mengalami peran ganda sebanyak 21 (80,8%) responden mengalami perasaan lelah dan sebanyak 5 (19,2) responden yang tidak mengalami perasaan lelah.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *chi-square* diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,031$  ( $p < 0,05$ )  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan yang bermakna anatara peran ganda terhadap perasaan lelah.

Hasil penelitian di Batik Mawar menunjukkan bahwa peran ganda yang dilakukan oleh pengrajin batik sangat berisiko dengan terjadinya kelelahan dalam bekerja. Pengrajin yang sudah berkeluarga disatu sisi dituntut untuk bisa melakukan pekerjaan sesuai dengan aturan dan tepat waktu. Disisi lainnya sebagai ibu rumah tangga dituntut untuk menjalankan

perannya sebagai ibu rumah tangga dengan sebaik-baiknya. Situasi ini menuntut pengrajin untuk bekerja ekstra sehingga dapat menyebabkan kelelahan fisik dan juga mental.

Adanya tuntutan untuk mendukung ekonomi rumah tangga menjadi salah satu alasan bagi wanita untuk bekerja. (Sugiyono, 2005) Peran ganda merupakan peran yang muncul antara harapan dari dua peran yang berbeda yang dimiliki oleh seseorang. (Sumamur, 2009; Maherani, 2008)

Pada kenyataannya peran ganda memberikan konsekuensi yang berat bagi perempuan. Di satu sisi perempuan mencari nafkah untuk membantu suami bahkan pada kasus tertentu perempuan lebih bisa diandalkan dalam menafkahi dan di sisi lain perempuan harus bisa melaksanakan tanggung jawabnya sebagai istri dan ibu. Perempuan yang aktif bekerja sulit menjalankan tugas sebagai istri dan berfungsi sebagai ibu dalam hal mengasuh, merawat, mendidik, dan mencurahkan kasih sayang kepada anak-anaknya secara penuh (Cahyadi, 2012).

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Supriatna tentang “Analisa Pengaruh Konflik Peran Ganda Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Perawat RSUD Pandeglang”. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa konflik peran ganda berhubungan signifikan dengan kelelahan kerja dengan nilai T-Value 6,27 dan 5,34. (Supriatna, 2011)

Upaya yang dilakukan yaitu dengan cara pengrajin harus bisa membagi waktu antara urusan pekerjaan dan urusan rumah tangganya agar bisa meminimalkan kelelahan kerja yang dirasakan. Selain itu dengan cara bersama-sama dalam menyelesaikan pekerjaan dirumah, misalnya dengan membantu memakaikan pakaian anak, menyiapkan makanan, memandikan anak atau menyuruh anak mandi sendiri (anak yang berumur >3 tahun), membantu memakaikan pakaian

anak, menyediakan bahan makanan yang tahan lama didalam kulkas, membantu anak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), memasak makanan, menyiapkan makanan, mencuci pakaian 2 kali sehari, memasak makanan siap saji. (Hasibuan, 2001)

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, analisis dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti maka dapat diambil kesimpulan bahwa hasil uji statistik menggunakan uji chi-square dengan nilai p-value= 0,001 ( $p < 0,05$ ), maka ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan perasaan lelah pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelyangan tahun 2016. Selain itu hasil uji statistik menggunakan uji chi-square dengan nilai p-value= 0,031 ( $p < 0,05$ ), maka ada hubungan yang bermakna antara peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelayangan tahun 2016. Disarankan sebaiknya pengrajin mencuci pakaian 2 kali sehari, memasak makanan siap saji, selain itu dengan cara bersama-sama dalam menyelesaikan pekerjaan dirumah, misalnya dengan membantu memakaikan pakaian anak, menyiapkan makanan, memandikan anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Yayasan Harapan Ibu Jambi, Ketua STIKES, LPPM STIKES, Ketua Prodi Kesehatan Masyarakat serta seluruh rekan dosen STIKES Harapan Ibu Jambi yang telah membantu secara materi dan administrasi serta memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAK

- Cahyadi, A. d. (2012). *Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri*.
- Caprianingsih. (2015). *Pengaruh Musik terhadap Beban Kerja Mental*

- (563-569)
- Pekerja Batik Tulis dan Cap di Batik Putra Laweyan. Universitas Muhamadiyah Surakarta .
- Sumamur. (2009). *Hygiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (Hiperkes)*. Jakarta: Sagung Seto.
- Dardin. (2013). *Hubungan Konflik Peran Ganda, Stress Kerja dan Beban Kerja dengan Burn Out Perawat Wanita di RS Haji Makassar*.
- Supriatna. (2011). *Analisa Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Kelelahan Kerja terhadap Kinerja Perawat RSUD Pandeglang*.
- Dewi. (2017). *Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan pada Perawat di Rumah Sakit Adi Husada Vandaan Surabaya. UNAIR* , 23-31.
- Tarwaka. (2015). *Ergonomi, Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta: UNIBA Press.
- Hardianto. (2008). *Kesehatan Kerja*. Jakarta: EGC.
- Wirakristama, R. (2011). *Analisis Pengaruh Konflik Peran Ganda (Work Family Conflict) terhadap Kinerja Karyawan Wanita pada PT Nyonya Mneer*.
- Hariyono, W. (2017). *Hubungan Antara Beban Kerja, Stress Kerja dan Tingkat Konflik dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta. KESMAS* , 3 (3), 192-197.
- Haryati, M. (2011). *Pengaruh Beban Kerja terhadap Kelelahan Kerja pada Pekerja Linting Manual di PT DJITOE Indonesia Tobacco*.
- Hasibuan, M. (2001). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Maherani, A. (2008). *Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Fear of Success terhadap Kinerja Wanita Berperan Ganda*.
- Sugiyono. (2005). *Kelelahan Kerja*. Surabaya: Guba Widya.
- Sulung, N. (2016). *Beban Angkut, Posisi Angkut, Masa Kerja dan Umur dengan Keluhan Muskuloskeletal pada Pekerja Bongkar Muat. Endurance* , 1 (2), 63-74.